

# MIEDZY KOMUNIKACJĄ A PSYCHOPATOLOGIĄ. PRÓBA REFLEKSJI

**Grzegorz Iniewicz**

*Spotkanie wydaje się wydarzeniem przypadkowym: nie wiadomo kiedy, gdzie i dlaczego... Gdy jednak nastąpi, okazuje się, że było przygotowane przez całą przeszłość osób, które się spotkały. Widać wówczas, jak istotną rolę we wzajemnym naprzeciw siebie odgrywa to, co ci ludzie mają już poza sobą.*

J. Tischner

Problem, który chciałbym poruszyć, dotyczy wzajemnych relacji pomiędzy psychopatologią, ujmowaną jako obszar zainteresowania szeroko rozumianymi zaburzeniami czy nieprawidłowościami psychicznymi (Gallatin, 1982), a komunikacją międzyludzką, obejmującą każdy przekaz jakiejkolwiek informacji, mający miejsce podczas kontaktu dwóch lub więcej osób, niezależnie od tego, czy przekaz ten jest intencjonalny czy przypadkowy, świadomy czy nieświadomy (Watzlawick i wsp., 1967).

Zainteresowanie rolą komunikacji międzyludzkiej w powstawaniu zaburzeń psychicznych pojawiło się w ramach myślenia systemowego, związanego z rozwojem cybernetyki. Przejście od analizy funkcjonowania systemów cybernetycznych do psychopatologii możliwe było dzięki zmianom paradygmatów dotyczących etiologii chorób psychicznych (Ludewig, 1995; Walker, 2001). Po koncepcjach animistycznych, w których zaburzenia psychiczne wiązane były z wpływami duchów, demonów czy bogów, pojawiły się koncepcje somatogenetyczne, traktujące te choroby na wzór chorób somatycznych, zarówno w aspekcie etiologicznym, jak i terapeutycznym. I w końcu, wraz z psychoanalizą, zaczęły funkcjonować teorie psychogenetyczne, upatrujące korzeni psychicznych nieprawidłowości w intrapsychicznych procesach.

Jedną z zasług myślenia systemowego było zwrócenie uwagi na fakt, iż człowiek żyje i działa nie w sposób wyizolowany, ale w pewnym kontekście, którego najważniejszymi elementami są inni ludzie. Stąd to wszystko, co się między

nimi dzieje, powinno zostać uwzględnione w analizie zarówno prawidłowego funkcjonowania, jak też w przypadku wszelkich nieprawidłowości. W takich okolicznościach w latach pięćdziesiątych XX wieku pojawiło się zainteresowanie wpływem procesów porozumiewania się na funkcjonowanie ludzi. Bez wątpienia osobą, której badania stanowiły ważny impuls do rozwoju badań nad komunikacją, był antropolog Gregory Bateson. Jego obserwacje i badania, prowadzone podczas pobytu w Nowej Gwinei w latach dwudziestych, zaowocowały koncepcją wzorców interakcyjnych, od których rozpoczęto badania nad komunikacją. Współpraca Batesona w ramach Mental Research Institute z takimi osobami, jak Don Jackson, Virginia Satir, Jay Haley, John Weakland czy Paul Watzlawick, przyczyniła się do zwrócenia uwagi na wzory komunikacyjne w rodzinach oraz powstania teorii podwójnego wiązania jako hipotetycznej przyczyny schizofrenii czy w końcu do stworzenia teoretycznych podstaw podjęcia komunikacyjnego w terapii rodzin.

Rozpatrując z obecnej perspektywy związku schizofrenii i specyficznego sposobu komunikowania się członków rodzin, trudne do utrzymania wydaje się stanowisko, iż przekazywanie podwójnych komunikatów stanowi nie tyle jedyny, co nawet jeden z głównych czynników etiologicznych tej choroby. Niemniej niewątpliwą zasługą grupy badaczy z Palo Alto w Kalifornii było zwrócenie uwagi na doniosłość wpływu psychologicznych i interakcyjnych aspektów naszego funkcjonowania na powstawanie i utrzymywanie się zaburzeń psychicznych. Prowadzone na przestrzeni ostatnich kilkudziesięciu lat badania pokazały, iż podwójne wiązanie jest charakterystyczne nie tylko dla rodzin schizofrenicznych, ale też dla rodzin, w których występują inne zaburzenia, a także dla tych, w których nie pojawiają się żadne.

Próbując zająć się problemem psychopatologii i między-ludzkiej komunikacji, nie będę się więc starał udowodnić, iż specyficzne zaburzenia w komunikacji powodują określone zaburzenia psychiczne. Skoncentruję się natomiast na zaburzeniach komunikacji, które mogą towarzyszyć nieprawidłowościom w psychicznym funkcjonowaniu oraz ich specyfice w kontekście psychoterapii. Zakładam przy tym, zgodnie z teorią myślenia systemowego, wzajemny wpływ psychicznego funkcjonowania jednostek i sposobów komunikowania. Odnosi się on zarówno do tego, jak i co komunikują, jak również, w jaki sposób mogą odczytywać czy interpretować komunikaty innych. Punktem wyjścia będą dla mnie podsta-

wowe aksjomaty dotyczące komunikowania międzyludzkiego, autorstwa Watzlawicka, Beavina i Jacksona (1967). Starając się ponadto pokazać, iż na co dzień mamy wiele okazji doświadczenia komunikacyjnych nieprawidłowości, swoje rozważania będę ilustrował cytatami z literatury, która trafnie uwypukla typowe zjawiska międzyludzkie. Rozdział ten nie wyczerpuje tej bogatej problematyki, ale jest raczej próbą refleksji nad wybranymi aspektami komunikacji w kontekście psychopatologii.

Podstawowy aksjomat dotyczący międzyludzkiej komunikacji można opisać jako **niemożność niekomunikowania** (Watzlawick i wsp., 1967). Wynika on z prostego faktu, iż nasze zachowanie nie ma swojego przeciwieństwa. Oznacza to, że nie możemy przestać się zachowywać i że cokolwiek robimy, nadajemy tym samym jakiś komunikat. Nawet wtedy, gdy stoimy w milczeniu, nie wykonując żadnych gestów, coś komunikujemy – na przykład fakt, że chcemy pozostać sami, czy też niechęć do rozmowy. Jeżeli tak jest, to każda sytuacja, w której uczestniczą co najmniej dwie osoby, może być rozpatrywana z punktu widzenia międzyludzkiej komunikacji. Przykładem próby niekomunikowania, z góry skazanym na niepowodzenie, podawanym przez Watzlawicka i współautorów (1967) jest pacjent ze schizofrenią, który zaprzecza, że komunikuje, i równocześnie zaprzecza, że zaprzeczenie jest komunikatem. Bateson (1996), komentując na jeszcze bardziej ogólnym poziomie procesy informacyjne w przyrodzie, stwierdza, iż informacja nie może uzyskać wartości “zerowej”. Każde zachowanie żywej istoty zawsze dla innego osobnika jest informacją.

Problem niekomunikowania ujawnia się na różne sposoby. Może on występować w sytuacji przekazywania informacji wprost, nie wprost lub przy udziale kontekstu, gdy ktoś nie chce wejść w bliższą relację w ogóle albo w danym momencie. Brak bezpośredniej informacji o niechęci do komunikowania może przejawiać się wieloznacznymi wypowiedziami lub wprowadzaniem “komunikacyjnego” zamieszania. Nieprzypadkowo w potocznych rozmowach robi karierę pojęcie “schizofreniczny”, odnoszące się do wypowiedzi lub sytuacji, które zawierają sprzeczne z sobą informacje.

Przykładem próby niekomunikowania może być Iwona, bohaterka dramatu Gombrowicza *Iwona, Księżniczka Bur-gunda*. Jej przybycie do królewskiego pałacu wnosi w pou-

kładany świat chaos, doprowadzając do tego, że to nie ona kłania się dworowi, zgodnie z panującą etykietą, ale dwór jej:

“KSIAŻĘ

Najjaśniejszy Panie! Przedstawiam ci moją narzeczoną!

SZAMBELAN (półgłosem)

Uklonąć się – uklonąć się pani... Uklonąć się...

IWONA (nic)

SZAMBELAN

Uklon, uklon...

KSIAŻĘ (szeptem)

Uklon!

KRÓLOWA (półgłosem)

No, no... (kłania się z lekka, chcąc dać do zrozumienia Iwonie)

No, no...

(Król kłania się z lekka, jak Królowa)

IWONA (nic)

KSIAŻĘ (który się trochę stropił, do Iwony)

To król, ojciec, to Najjaśniejszy Pan, a to matka, Najjaśniejsza

Pani... Uklon, uklon!

IWONA (nic)

KRÓLOWA (pośpiesznie)

Filipie, jesteśmy wzruszeni... Jakie to słodkie stworzenie. (całuje ją) Dziecino, będziemy ci ojcem i matką, uradował nas ewangeliczny duch naszego syna, uszanujmy jego wybór. Filipie, trzeba zawsze wzwyż, a nigdy w dół!

SZAMBELAN (daje znak dworzanom)

Aaa!

DWÓR

Aaa!

KRÓL (zbaraniały)

Tak, tak... tego... Owszem.

KRÓLOWA (pośpiesznie)

A teraz odprowadź ją i każ przygotować dla niej apartament, (wielkodusznie) i żeby nic nie brakowało!

SZAMBELAN (dając znak ręką dworzanom)

Aaa!

DWÓR

Aaa!

(Wychodzą: KSIAŻĘ, IWONA, CYRYL, dwór)

KRÓL

A to... A to... Trzymajcie mnie! Widzieliście? Widzieliście coś podobnego? Przecież to właśnie nie ona nam, ale my jej – nie ona nam, ale my jej złożyliśmy uklon! (zdumiony) Ale brzydota!

KRÓLOWA

Brzydota, ale postępek piękny!” (Gombrowicz, 1988a, s. 21–22).

To “nic”, zastępujące, czy może właśnie opisujące zachowanie Iwony, staje się komunikatem łamiącym dotychczas-

sowe, sztywne rytuały. Wywołuje sprzeciw, bunt, złość, ale też próby wyjaśnienia, czy nawet pokazania korzyści płynących z pozornego "niezachowywania się".

Na terenie psychopatologii niektórym pacjentom również przypisujemy takie "nic". Jednak wiemy, że kryje się pod nim informacja. Może ona oznaczać na przykład "Nie chcę rozmawiać", "I tak mnie nie zrozumiecie" czy "Tak właśnie się buntuję". W tym "nic" identyfikowanego pacjenta tkwi często ogromna siła, zmuszająca całą rodzinę do odgrywania swojego tańca, rozumianego jako powtarzające się sekwencje zachowań członków rodziny (Madanes, 1988; Praszkie, 1994; Tamm, 1987).

Z kwestią niemożności nie zachowywania się zmagają się też Henryk, z dramatu *Ślub*, Gombrowicza. Dla niego zachowanie to komunikat, a więc musi czy powinien być jakiś jego odbiorca. Gdy zostaje sam, jego zachowanie zaczyna być sztuczne, właśnie dlatego, że staje się ono komunikatem skierowanym nie wiadomo do kogo:

"Bo jeśli do nikogo nie mówię, a jednak mówię, to muszę

Być sztuczny.

Co robić? Siedzieć? Nie. Spacerować? Także nie miałoby sensu. A jednak nie mogę zachowywać się, jakbym nie miał z tym wszystkim żadnego związku. Co się robi w podobnych wypadkach? Mogłbym uklęknąć i, rzeczywiście, mógłbym uklęknąć... Naturalnie to byłoby dosyć... ale mówię, że mógłbym uklęknąć... i choć to wyglądałoby dosyć... ale mówię, że mógłbym uklęknąć...

(klęka nieco na boku)

Ha, do diabła, ukląknę, ale ukląknę tak jakoś cicho i nie dla mnie, a dla nich, ale nie dla nich a dla mnie i jakbym... jak ksiądz jaki, ksiądz... bo ja wiem od czego..." (Gombrowicz, 1988b, s. 126).

Informowanie o niechęci do nawiązania relacji może też przebiegać w inny sposób. Znajdujemy go w *Obcym* Alberta Camusa:

"Biegłem, żeby się nie spóźnić na autobus. Ten pośpiech i biegania, a ponadto kołysanie, zapach paliwa, odbłask szosy i nieba, zapewne wszystko razem, wprawiły mnie w drzemkę. Obudziłem się wsparty o jakiegoś oficera, który uśmiechał się do mnie i pytał, czy jadę z daleka. Powiedziałem «Tak», żeby przeciąć rozmowę" (Camus, 1991, s. 7).

Paradoksalność tej sytuacji powoduje fakt, iż o niechęci do kontynuowania rozmowy informuje odpowiedź udzielona na zadane pytanie. Jednak jasne jest, iż zamyka ona możliwość dalszej rozmowy. Odpowiedź została tu udzielona, ale równocześnie na poziomie metakomunikacyjnym (będę o tym

piisał bardziej szczegółowo dalej), prawdopodobnie tonem głosu, mimiką czy gestem, została przekazana informacja o niechęci do kontynuowania rozmowy. Gdyby oficer w dalszym ciągu chciał ją kontynuować, jego sytuacja byłaby już znacznie trudniejsza. Musiałby bowiem pokonać barierę nie tylko pierwszego zdania, czyli nawiązania kontaktu, ale też zostałby zmuszony do niezauważenia niechęci głównego bohatera do wejścia w interakcję. Jeśli oficer nie podejmie dalszej rozmowy (niestety, z książki nie dowiadujemy się, jak ich wspólna podróż potoczyła się dalej), byłby to przykład odrzucenia komunikacji. Akceptacja komunikacji nastąpiłaby, gdyby odpowiedź nie ograniczyła się jedynie do krótkiego "tak", ale została dodana informacja dotycząca miejsca rozpoczęcia podróży. Przykład ten ilustruje, jak subtelne różnice w udzieleniu odpowiedzi na pytania mogą wpływać na dalszy przebieg rozmowy. Akceptacja może też dotyczyć zgody na to, że nie podejmuję dalszego kontaktu, po odczytaniu informacji, iż ta osoba go nie chce, lub gdy wynika to z kontekstu. W tym samym opowiadaniu spotykamy następującą scenę, kiedy główny bohater przyjeżdża do przytułku na pogrzeb swojej matki, siedzi przy jej trumnie, a do kaplicy przychodzą inni pensjonariusze:

"Kiedy usiedli, większość z nich zaczęła mi się przyglądać i potrzasać z zakłopotaniem głowami; ich wargi zostały całkowicie wchłonięte przez bezzębne usta, toteż nie wiedziałem, czy mnie pozdrawiają, czy tylko wstrząsa nimi starcze drżenie. Sądzę, że raczej pozdrawiali mnie [...] Patrzyli na trumnę lub na swoje łaski, na cokolwiek bądź zresztą i zdawali się niczego poza tym nie dostrzegać" (Camus, 1991, s. 11–12).

W przypadku zarówno odrzucenia, jak i akceptacji komunikacji istotne wydaje się, aby były one wyrażane wprost. Z perspektywy komunikacji międzyludzkiej dobre przystosowanie człowieka i radzenie sobie w sytuacjach społecznych przejawia się umiejętnością bezpośredniego informowania o chęci bądź niechęci podjęcia kontaktu, jak też uwzględniania kontekstu, w jakim się znajdujemy.

Zaryzykowałbym w tym miejscu stwierdzenie, iż psychoterapia to odczytywanie tego, co pacjenci przekazują nie wprost i próba takiego przeformułowania tych komunikatów, aby dla nich samych stało się jasne, co przekazują lub/i jak przekazują. Terapeuta stawałby się tutaj tłumaczem zachowań pacjenta.

Odpowiedzią, która jednoznacznie wskazuje na jakiś rodzaj nieprawidłowości, jest **dyskwalifikacja**. Jej celem jest

nie tyle ustosunkowanie się do samego komunikatu, co zaprzeczenie, że on w ogóle istnieje, czy też że istnieje partner interakcji. Takich przykładów możemy znaleźć wiele w sztukach Samuela Becketta. Jeden z nich pochodzi ze *Szczęśliwych dni*. Małżonkowie żyją razem, ale właściwie funkcjonują tak, jakby drugiego nie było czy jakby nie istniała między nimi żadna komunikacja. Winnie (żona) krząta się po domu, a Willie (mąż) czyta gazetę<sup>1</sup>:

“Winnie: Mój pierwszy bal! Mój drugi bal! Mój pierwszy pocałunek! Niejaki pan Johnson, czy Johnston, a może Johnstone, to też niewykluczone. Sumiasty, płowy wąs. Prawie złocisty! W budce ogrodnika... nie pamiętam tylko czyjej. Bo u nas takiej budki nie było, a u niego to już na pewno. Widzę te stopy doniczek. Wiszące warkocze czosnku, Gęstniejący cień pomiędzy krokwiemi.

Willie: (czyta): Potrzebny pojętny chłopiec.

Winnie: [Trzymając w ręku szczoteczkę do zębów] Absolutnie niezawodna... czysta... żywa... Absolutnie niezawodna... czysta... żywa... Absolutnie niezawodna... czysta... żywa... szcześć... wieprzowa. Szczęć wieprzowa. To właśnie jest tak cudowne, że dzionek żaden nie mija – jak to się dawniej mówiło – prawie żaden, by choć o jakiś drobiażdżek nie wzbogacić swej wiedzy, gdy tylko zada się sobie choć odrobinę trudu” (Beckett, 2002, s. 192–193).

Wyjaśnienie tej sytuacji znajdujemy dalej:

“Winnie: ...chodzi mi tylko o to, byś mnie słyszał w teorii, w praktyce wcale nie musisz, potrzeba mi tylko tyle, bym czuła, że jesteś w pobliżu, i nie mogła wykluczyć, że mnie akurat słuchasz, bym nie palnęła czegoś, czego nie chcę, byś słyszał, lub co by cię mogło zboleć, bym nie paplała tylko ot tak, w dobrej wierze, o niczym nie wiedząc, a przy tym coś by mnie gryzło” (Beckett, 2002, s. 199–200).

Gdyby spróbować opisać ten rodzaj komunikacji, można powiedzieć, że chodzi w nim właściwie o własny monolog. Zarówno druga osoba, jak i to, co ona powie, zostaje poddane dyskwalifikacji. Jest ona jedynie punktem odniesienia, do którego się mówi, aby nie mówić “do ściany”. Drugą osobę umieszczamy jedynie w fantazji, ponieważ i tak po niej niczego się nie spodziewamy: “...byś mnie słyszał w teorii, w praktyce wcale nie musisz...”.

Podobne monologi można usłyszeć w wielu rodzinach, gdzie ani odbiorca, ani jego reakcja nie są ważne. Spotykamy je również u osób, które znajdują się w trudnej sytuacji oraz u pacjentów cierpiących na zaburzenia psychiczne. Wszystkim

---

<sup>1</sup> Dla większej przejrzystości cytatu pominąłem didaskalia.

tym osobom wspólny jest dylemat – jak nie komunikować w sytuacji, gdy nie jest możliwa ucieczka z kontaktu ani odwołanie się do metakomunikacji, czyli rozmowy o rozmowie. W psychoterapii jest to jedna z najczęściej spotykanych form oporu – pacjent prowadzi monolog, z którego w zasadzie nie nie wynika.

Czwarty rodzaj komunikacji to **używanie symptomów**. Symptom jest tu rozumiany dość szeroko i obejmuje nie tylko objawy choroby *sensu stricto*, ale też na przykład senność, zmęczenie, zajmowanie się innymi pilnymi sprawami czy jakąkolwiek inną rzecz uniemożliwiająca podjęcie kontaktu, często przy deklaracjach, że gdyby właśnie nie to, byłby on możliwy. Takie sytuacje mają wyraźną korzyść w postaci możliwości niebrania odpowiedzialności za swoją „niedyspozycję”. Pierwszy cytat pochodzi z książki *O miłości i innych demonach* Gabriela Garcii Márqueza, drugi z *Miłości w czasach zarazy*, tego samego autora:

“Markiz po omacku podążył za muzyką i doszedł do sypialni córki. Siedziała tam na toaletkowym krześle, w białej sukni i z rozpuszczonymi, sięgającymi podłogi włosami, wykonując jedno z podstawowych ćwiczeń, którego nauczyła się od niego. Nie mógł uwierzyć, że ma przed sobą tę samą osobę, którą opuścił w południe półżywą po niemiłosiernych praktykach znachorów, chyba że zdarzył się cud. Było to chwilowe złudzenie. Sierva Maria spostrzegła, że wrócił, przestała grać i zaczęła ponownie cierpieć” (Márquez, 1997, s. 70).

“Ale poza tymi rzadkimi okazjami jedno z dwojga zawsze czuło się bardziej zmęczone od drugiego, gdy nadchodziła pora udania się do łóżka. Ona przedłużała swój pobyt w łazience, skręcając papierosy z perfumowanej bibułki, paląc w samotności, powracając do swych miłości pocieszenia jak wtedy, gdy była młoda i wolna we własnym domu i była jedyną panią swego własnego ciała. Zawsze bolała ją głowa albo było za gorąco, albo znowu miała okres, okres, zawsze okres. Do tego stopnia, że doktor Urbino podczas wykładu odważył się stwierdzić, wyłączenie po to, żeby ulżyć sobie zwierzeniem poza spowiedzią, że po dziesięciu latach małżeństwa kobiety mają okres nawet trzy razy w tygodniu” (Márquez, 2002, s. 282).

Znalezieniu symptomu mogą towarzyszyć wyrzuty sumienia, że oszukuje się drugą osobę. W takim przypadku intryga nie jest jeszcze doskonała. Doskonałość zyskuje się wtedy, gdy uda się przekonać samego siebie, że symptom jest absolutnie poza naszą kontrolą. Pojawiające się tutaj niebezpieczeństwo polega na tym, iż z czasem rzeczywiście możemy zacząć funkcjonować tak, jakby nasze zachowanie od nas nie zależało. Usprawiedliwianie się symptomem może się też stać



fragmentem naszego codziennego funkcjonowania. Przykładem może być żona, która powołując się na somatyczne dolegliwości, unika bliskiego kontaktu z mężem. Sytuacja nie jest najgorsza, gdy to zachowanie jest przez nią świadomie kontrolowane, problem zaczyna się wtedy, gdy dolegliwości pojawiają się mimowolnie. Innymi słowy, z komunikowaniem się przez symptomy wkraczamy na teren psychopatologii, gdy staje się ono nawykiem, którego nie możemy się pozbyć, albo gdy mechanizmy, które nim kierują, stają się nieświadome.

Do komunikowania się przez symptom zaliczyłbym również obrażanie się czy dąsanie. Obrażony partner zaczyna milczeć, podobnie jak chory, u którego zaczynają się pojawiać symptomy. Występujące tu milczenie (jako symptom) zostaje usprawiedliwione zachowaniami drugiego, który staje się równocześnie oprawcą i ofiarą. Występujące w obrażaniu się czy dąsaniu milczenie można również rozumieć jako próbę niekomunikowania: oto komunikuję ci, że (za karę, bo tak się zachowałeś) nic ci nie będę komunikował. Taką sytuację można też opisać inaczej: czuję do ciebie złość (bo mnie skrzywdziłeś lub zraniłeś), ale tej złości ci nie pokażę (bo jestem ofiarą twoich czynów, a gdybym pokazał złość, mógłbym przestać być ofiarą).

Rozumienie symptomu jako informacji jest mocno zakorzenione w myśleniu systemowym (Madanes, 1991; Watzlawick i wsp., 1967). W ten sposób członek rodziny, który z jakiegoś powodu nie może wprost poinformować o swoich trudnościach czy potrzebach, robi to przez objaw. Oprócz funkcji informacyjnej może też mieć on za zadanie utrzymanie rodzinnej homeostazy. Znajdując powód czyichś zachowań, na przykład w postaci bólów głowy czy w trudnej sytuacji zawodowej, rodzina może unikać konfrontowania się z innymi problemami. Praca terapeutyczna w takich przypadkach koncentruje się na przejęciu kontroli nad objawem. Jedną z pomocnych technik jest paradoks, który przez polecenie nasilenia patologicznego zachowania wzmacnia przekonanie, że dana osoba posiada kontrolę nad swoim zachowaniem (L'Abate, 1984; Weeks i L'Abate, 2000)<sup>2</sup>.

Warto w tym miejscu zwrócić uwagę na, wspomnianą już, teorię podwójnego wiązania, opracowaną przez zespół Batesona (Bateson i wsp., 1956). Ważnym elementem tej teorii wydaje się fakt, iż sytuacje podwójnego wiązania muszą się powtarzać, aby jednostka nauczyła się spostrzegać świat w taki sposób. Pojedyncze doświadczenie podwójnego komu-

---

<sup>2</sup> Zobacz rozdział: *Paradoks i humor w terapii*.

nikatu nie jest zatem przyczyną nieprawidłowości w naszym funkcjonowaniu, a stwarza jedynie sytuacje problemowe, z którymi możemy sobie poradzić przez odwołanie się do różnych poziomów przekazywanych informacji, czy też przez humor<sup>3</sup>. Problem powstaje, gdy ta "podwójność" zaczyna kierować naszymi zachowaniami. Ilustracją takiej sytuacji może być fragment z opowiadania *Upadek* Alberta Camusa:

"Pewien rodzaj uroszczeń tak głęboko tkwił we mnie, iż wbrew oczywistości nie mogłem sobie wyobrazić, żeby kobieta, która była moja, mogła należeć kiedykolwiek do kogo innego. Ale te przysięgi, które mi składały, wiążąc je, mnie czyniły wolnym. Od chwili kiedy wiedziałem, że nie będą należały do nikogo, mogłem zdecydować się na zerwanie, co w innym wypadku było dla mnie niemal zawsze niemożliwe. Zdobywałem pewność, moja władza utwierdzała się na długo. Ciekawe, co? A jednak tak jest, mój drogi ziomku. Jedni wołają: »Kochaj mnie!« Inni: »Nie kochaj mnie!« Ale pewien rodzaj, najgorszy i najbardziej nieszczęśliwy: »Nie kochaj mnie i bądź mi wierna!«" (Camus, 1991, s. 119–120).

Kolejnym aksjomatem międzyludzkiej komunikacji, opartym na badaniach Batesona (1972), jest rozróżnienie między **aspektem zawartości (treści) i relacji** procesu porozumiewania się. Aspekt zawartości obejmuje przekazywane przez uczestników informacje, będące przedmiotem ich komunikacji, niezależnie od tego, czy są one prawdziwe, czy fałszywe, ważne lub nie, albo czy są rozstrzygalne. Aspekt relacyjny odnosi się do sposobu definiowania relacji pomiędzy uczestnikami interakcji i wskazuje, jak powinna zostać zinterpretowana treść zawarta w komunikatach "przedmiotowych". Komunikaty relacyjne odpowiadają stwierdzeniom w rodzaju: "w ten sposób ja spostrzegam siebie...", "tak spostrzegam ciebie...", "tak widzę, jak ty spostrzegasz mnie..." itd. Są one komunikatami o komunikacji, stąd często do ich określenia używa się terminu **metakomunikacja**.

Gdyby użyć informatycznej analogii, to można powiedzieć, że aspektem zawartości są dane dostarczane komputerowi, a relacyjnym, instrukcje, co i jak powinien z nimi zrobić, czyli program. Dla ilustracji autorzy podają przykład dwóch wypowiedzi, których zawartość informacyjna jest bardzo podobna, natomiast aspekt relacyjny w każdej z wypowiedzi pozostaje inny. Pierwsza wypowiedź to: "Ważne jest, by zwalniać sprzęgło stopniowo i powoli", a druga: "Tylko puść sprzęgło luzem, a w sekundę rozwalisz skrzynię biegów". Tak zwane "zdrowe" relacje charakteryzowałyby się tym, iż aspekt

---

<sup>3</sup> Ibid.

relacyjny pozostaje w tle, na korzyść aspektu zawartości. Natomiast w "chorych" relacjach toczy się ciągły proces ustalania wzajemnych relacji.

Jak się wydaje, jest tu jednak pewien wyjątek – stan zakochania<sup>4</sup>. Rozmowy kochanków, to przede wszystkim rozmowy o tym, co ich łączy:

"Chęć podmiotu zakochanego, by szczerze, z ukrywaną emocją, opowiedzieć kochanej osobie o swej miłości, o niej, o sobie, o nich: deklaracja nie obejmuje miłosnego wyznania, lecz kształt miłosnej relacji komentowanej bez końca" (Barthes, 1999, s. 123).

Zadziwiający paradoks tej sytuacji polega na tym, iż komentowanie relacji zupełnie naturalnie odbywa się i wtedy, gdy jesteśmy sami:

"Bez przerwy wygłaszam do nieobecnego mowę o jego nieobecności; sytuacja w istocie zadziwiająca; inny jest nieobecny jako przedmiot odniesienia, obecny jako uczestnik rozmowy. Z tej szczególnej asymetrii rozwarcia powstaje rodzaj nieznośnej teraźniejszości; jestem zatrzaśnięty między dwoma czasami, czasem odniesienia i czasem wypowiedzi: ty wyjechałeś (i na to się użalam), ty tu jesteś (bo zwracam się do ciebie)" (Barthes, 1999, s. 56).

Pomieszania czy kontaminacje aspektu zawartości i relacji mogą prowadzić do komunikacyjnych nieporozumień, aż po sytuacje paradoksalne. Pozytywnym ich rozwiązaniem może być humor, polegający na zrozumieniu paradoksalności przekazu, na przykład przez odwołanie się do teorii typów logicznych Whiteheada i Russella bądź też do teorii poziomów językowych Carnapa i Tarskiego<sup>5</sup>. Z perspektywy psychopatologii istotniejsze wydają się tu jednak sytuacje rozmijania się aspektu zawartości i relacji, zaburzające czy wręcz uniemożliwiające porozumienie się. Przykładem może być fragment opowiadania Romy Ligockiej *Dwoje obcych w domu*:

"– Co mam ci dzisiaj ugotować na obiad? – zadałam Jankowi to najbardziej znienawidzone przez mężczyznę pytanie.

---

<sup>4</sup> Miłości nie zalicza się wprawdzie do stanów patologicznych, aczkolwiek można znaleźć między nimi pewien pomost. Wszystkie te zachowania dają się opisać terminem wprowadzonym przez Jaspersa, jako sytuacje graniczne (Galdowa, 1995). Dogłębnie porusza nas w nich coś, czego doświadczamy, coś, co jest poza nami (na przykład czyjaś śmierć) albo jest "jakby" poza nami (na przykład wina). I chociaż miłość wyraźnie odróżnia się od innych sytuacji granicznych pozytywnym emocjonalnym zabarwieniem, to wspólne im pozostaje doświadczenie czegoś niepojętego, co równocześnie dogłębnie nas przenika.

<sup>5</sup> Zobacz rozdział: *Paradoks i humor w terapii*.

Gdyby między mężczyzną a kobietą istniał tłumacz, przełożyłby to następująco: »Tak mi smutno, mój najdroższy, że musisz teraz wyjść w obcy i wrogi świat, kiedy ja zostaję sobie spokojnie w ciepłym domu. Że przez cały dzień będziesz musiał użerać się z tymi głupimi ludźmi, którzy cię irytują, i że wszystko to robisz tylko po to, aby zarobić dla nas pieniądze. Dlatego ja też chciałabym coś dla ciebie zrobić. Lecz nie przychodzi mi nic lepszego do głowy, jak dziś wieczorem ugotować ci coś smacznego. Żebyś przez cały dzień cieszył się na myśl o naszej wspólnej kolacji«.

[...]

– Weź byle co – machnął niecierpliwie ręką – wrzuć do garnka i ugotuj!

Z ponurą miną wyszedł z domu bez pożegnania, głośno zatraskując za sobą drzwi.

Gdyby jednak istniał ów tłumacz między kobietą a mężczyzną, przełożyłby mi odpowiedź Janka następująco: »Najdroższa, teraz wprowadź trochę się śpieszę i wydaje mi się nieco dziwne, żeby już rano zastanawiać się nad tym, co się będzie jadło wieczorem – ale mimo wszystko przez cały dzień będę się cieszył, że wieczorem wrócę do ciebie, do domu, usiądę z tobą przy stole, a ty podasz mi coś ciepłego i smacznego. I doprawdy jest mi dość obojętne, co to będzie« (Ligocka, 2002 a, s. 68–69).

Pomiędzy aspektem zawartości i relacji daje się tu zauważyć duża rozbieżność. W ramach pierwszego z nich zostaje zadane pytanie, które wydawać by się mogło, iż jest miłym gestem, chociaż jego autorka ma świadomość, że partner, z racji swojej płci (sic!), nienawidzi tego typu pytań. Zgodnie z oczekiwaniami, udzielona odpowiedź nie jest prawdopodobnie dla kobiety zbyt miła, aczkolwiek, można przypuszczać, że nie musi być nią zaskoczona. Jeśli jednak uwzględnimy relacyjny aspekt interakcji, który przybliża czy definiuje nam nieistniejący tłumacz, zobaczymy, że pod złośliwym pytaniem i niegrzeczną odpowiedzią, kryje się silna potrzeba doświadczenia bliskości, ale też gotowość dawania jej. Ponieważ nie istnieje tłumacz między kobietą i mężczyzną, partnerzy interakcji skazani są na dokonywanie własnych tłumaczeń wzajemnej relacji.

Opisana sytuacja nie wydaje się być czymś obcym w naszym życiu, gdyż często okazuje się, iż kłótni przebiegającej na poziomie zawartości, towarzyszy zgoda na poziomie relacji. Rozwiązaniem tej sytuacji jest rozmowa o rozmowie, którą możemy przeprowadzić sami, a jeśli jest to niemożliwe, to pomocą może być trzecia osoba, potrafiąca z dystansu spojrzeć

na relację<sup>6</sup>. Ciąg dalszy rozmowy o tym, co ugotować na obiad, zależeć będzie w takim razie od wewnętrznego tłumacza, którego zadaniem będzie rozdzielenie aspektu zawartości i relacji. Jeśli tego nie zrobi, istnieje niebezpieczeństwo ich pomieszania, czego skutkiem może być na przykład zdefiniowanie wzajemnej relacji, jako opartej na złośliwości. Z kolei rozdzielenie daje możliwość wzajemnego zrozumienia, iż wymiana zdań nie dotyczy relacji, ale jest wynikiem niechęci do osobnego spędzenia dnia.

Pozostając w temacie relacji pomiędzy uczestnikami interakcji, warto zwrócić uwagę na to, iż zdefiniowanie jej napotkać może różne odpowiedzi ze strony partnera: potwierdzenie definicji, kim jestem ja, a kim jesteś ty, odrzucenie jej lub zdyskwalifikowanie definiującego. Wydaje się to o tyle ważne, iż jasne zdefiniowanie relacji może uchronić nas od przenoszenia sporów z poziomu zawartości na poziom relacji. Przykładem potwierdzenia definicji relacji jest fragment z opowiadania Ligockiej *Pozdrowienie z przeszłości*. Opisywane przez nią wydarzenie ma miejsce w Monachium:

“Ponieważ nie mógł mnie wygodnie ominąć, mężczyzna od razu zaczął wrzeszczeć na całe gardło:

– Iść z lewej! Stać z prawej! Marsz!

Odwrociłam się w mgnieniu oka. Zanim zdążyłam pomyśleć, moja ręka wystrzeliła w górę, prężąc się w pozdrowieniu.

– Sieg heil! – odkrzyknęłam.

Mężczyzna spurpurowiał, nie mógł złapać tchu i zatrzymał się na tych ruchomych schodach jak wryty” (Ligocka, 2002 b, s. 85).

Ta błyskawiczna reakcja bohaterki opowiadania w jasny sposób definiuje relację “ja–ty”. “Ja” jestem “niżej”, muszę się podporządkować, narzuconą przez ciebie definicję siebie i mnie przyjąłam i potwierdziłam. “Ty” jesteś “wyżej”, zdefiniowałeś relację w ten sposób, że teraz ja muszę słuchać twoich poleceń.

Sytuacja ta przypomina powtarzający się u niektórych ludzi specyficzny sposób wchodzenia w relacje i podejmowania roli, na przykład “ofiary” czy “oprawcy”. Zbyt duża łatwość potwierdzania definiowanych przez partnerów interakcji definicji “ja–ty” może implikować powtarzające się wzorce patologicznych relacji, z jakimi mamy do czynienia na przykład po doświadczeniu emocjonalnego, fizycznego lub seksualnego

---

<sup>6</sup> Taką funkcję na polu psychoterapii spełnia superwizor. Jego pozycja jest “lepszą” przez to, iż nie uczestniczy on w sposób bezpośredni w interakcji pomiędzy terapeutą a pacjentem. Zachowanie emocjonalnego dystansu umożliwia mu adekwatniejszą refleksję, właśnie nad aspektem relacyjnym.

nadużycia. Przeciwwstawienie się narzucanym definicjom wymaga jednak siły i w dużym stopniu uwarunkowane jest społecznym kontekstem. Dotyczy to na przykład sytuacji pracy (por. Hirigoyen, 2002). Przyjmowanie definicji „ja–ty” ma też pozytywne konsekwencje. Dzieje się tak na przykład przy wchodzeniu osoby chorej w rolę pacjenta, jest wyrazem motywacji do leczenia. Chociaż i tutaj mogą się pojawić pewne zagrożenia, jeśli na przykład wejście w rolę powiązane jest z niebraniem odpowiedzialności za dokonywane zmiany. Mam tu na myśli pacjentów zależnych, których celem jest pozostanie w relacji, w przeciwieństwie do celów terapeuty, który chce, aby pacjent brał odpowiedzialność za samodzielne życie.

Jak się wydaje, najbardziej patologiczną reakcją na próbę zdefiniowania relacji „ja–ty” jest dyskwalifikacja, wspomniana już przy okazji omawiania reakcji na przekaz informacji. Partner nie odnosi się do naszej propozycji definicji, ale przekazuje nam komunikat: „Nie istniejesz”. Potwierdzenia tego mogą nam dostarczyć, nawet potoczne, obserwacje dzieci, dla których największą karą jest niedostrzeganie ich przez matkę, chociaż czasami może to przynosić chwilową ulgę.

Kolejna właściwość komunikacji to, używając terminu wprowadzonego przez Whorfa (1956), **„punktuacja sekwencji zdarzeń”**. Patrząc na komunikację między uczestnikami interakcji, możemy zauważyć, iż jest to sekwencja wymian. Mogą być one opisane jako triady składające się z następujących elementów: bodziec, reakcja, wzmocnienie. Punktuacja jest odpowiedzialna za organizowanie wydarzeń behawioralnych, a na jej kształt w dużym stopniu wpływają kulturowe konwencje. W takiej sytuacji możemy mówić, iż jedna osoba jest jakby liderem (odpowiedzialnym za ustanawianie punktuacji), a druga podwładnym (poddającym się tej punktuacji), chociaż ustalenie w konkretnej sytuacji, kto jest kim, może być bardzo trudne, a nawet niemożliwe. Wydaje się bowiem, iż komunikujący mogą się zmieniać tymi rolami w trakcie interakcji. Różnice w punktuacji sekwencji zdarzeń mogą być przyczyną wielu nieporozumień czy też sprzecznego spostrzegania wydarzeń. Przykładem może być „wycofujący się” mąż i „krytykująca” żona, którzy w zależności od własnej punktuacji sekwencji zdarzeń mogą dostrzegać swoje zachowania jako reakcje na zachowania współmałżonka, nie zauważając, iż obydwie wchodzą we wzajemne pętle sprzężeń zwrotnych.

Tak więc, do zaburzeń punktuacji sekwencji zdarzeń dochodzi w sytuacji, gdy przynajmniej jeden z partnerów nie

wykorzystuje lub nie posiada informacji, które znane są drugiej osobie, i nie jest tego świadom. Już z samego faktu, iż nie jest możliwe, aby partnerzy interakcji dysponowali takimi samymi informacjami (a jeśli nawet, to niekoniecznie muszą z nich wyciągać takie same wnioski), wynika, iż niemal w każdej sytuacji komunikowania jesteśmy narażeni na jej zaburzenia. Mogą one przyjmować formę “mijania się”, to znaczy rozmawiania w taki sposób, jakby każdy prowadził własną rozmowę, ale bez wchodzenia w rzeczywisty kontakt z partnerem. Związane to jest między innymi z indywidualnie dokonywanymi wyborami, z tym, które informacje wydają się nam ważne, a które mniej, na co wpływ ma w dużym stopniu nasze jednostkowe doświadczenie i przeżywane emocje. Tak więc, narażeni jesteśmy na opieranie naszych interpretacji i zachowań na świadomie lub nieświadomie wybranych z interakcji informacjach. Ilustracją tego może być fragment z książki Julio Cortáзара *Gra w klasy*, gdy dwóch przyjaciół spotyka się po wielu latach rozłąki:

“Oliveira wyszedł z komory celnej z lekką walizeczką w rękę i poznając Travelera, uniósł w górę brwi ruchem, w którym było trochę zaskoczenia, a trochę irytacji.

– Co nowego?

– Cześć – powiedział Traveler, ściskając mu dłoń ze wzruszeniem, którego sam się nie spodziewał.

– Chodź – powiedział Oliveira – chodź, pójdziemy do baru na kielbaski. Tu, w porcie.

– To jest moja żona – powiedział Traveler.

Oliveira mruknął »bardzo mi miło« i wyciągnął rękę, zaledwie na nią spojrzawszy. Po czym natychmiast zapytał, co to za kot i dlaczego przyniesiono go do portu w koszyku” (Cortázar, 1999, s. 272).

Na podstawie dwóch pozostałych fragmentów możemy zrozumieć przyczynę tego “mijania się” w rozmowie Oliveiry i Travelera:

“Talita nie była taka zupełnie pewna, czy Traveler rzeczywiście cieszył się na powrót do kraju przyjaciela z dzieciństwa, albowiem zaledwie się dowiedział, że ów Horacio wraca do Argentyny na pokładzie statku »Andrea C«, kopnął kota-rachmistrza i oznajmił, że życie jest jednym wielkim zasnóstwem. Mimo to poszedł do portu wraz z Talitą i kotem-rachmistrem w koszyku” (Cortázar, 1999, s. 272).

“Zanim stanął na ziemi Matki-Ojczyzny, Oliveira doszedł do wniosku, że to, co minęło, właściwie nie minęło, że tylko aberracja umysłowa, jedna z wielu, może prowadzić do złudzenia, że uda się oprzeć przyszłość na ogranych już schematach. Zrozumiał (sam na rufie, o świecie, pośród żółtawej portowej mgiełki), że nic się nie

zmieniło, o ile uda się zapuścić korzenie, odrzucić łatwizny” (Cortázar, 1999, s. 274).

Każdy z bohaterów zanurzony jest we własnych przemysłeniach i odczuciach. Trudno im zatem wejść we wzajemną relację. Obydwóch charakteryzuje niepewność dotycząca tego spotkania i, jak można podejrzewać, silne emocje, które uniemożliwiają koncentrację na tym, co partner przekazuje. Antidotum na tego typu zaburzenia może być upewnienie się, jakimi informacjami dysponuje partner i porównanie ich z naszymi, albo po prostu rozmowa o rozmowie, czyli odwołanie się do metakomunikacji. Zaburzeniom w punktuacji sekwencji zdarzeń sprzyjać może przekonanie, że to, co widzimy (lub słyszymy) i jak to widzimy (lub słyszymy), jest jedyną i prawdziwą rzeczywistością<sup>7</sup>. Tak więc, dopuszczenie innych racji wydaje się zmniejszać prawdopodobieństwo wystąpienia takich zaburzeń. Jeżeli jednak one wystąpią, różna może być ich interpretacja – od paradoksu przyczyniającego się do powstania humoru, aż po zdefiniowanie partnera jako szalonego.

Z omawianym powyżej zagadnieniem wiąże się problem **przyczyny i efektu**. Skutkiem niezgodności w punktuacji może być różne rozumienie tego, co jest przyczyną, a co efektem, rozróżnienie, którego w ramach myślenia systemowego dokonać się nie da. W cytowanej już książce Cortáзара znajdujemy następujący fragment:

- Wracając do Osipa...
- Nie bądź głupi, Horacio, mówię ci, że z nim nie spałam. Chcesz, żebym ci złożyła wielką przysięgę Siuksów?
- No, ostatecznie może i tak ci uwierzę.
- Nie mówiąc o tym – powiedziała Maga – że w końcu pewnie się z nim położę, i ty jeden będziesz temu winny” (Cortázar, 1999, s. 103).

Jeśli pozostajemy w myśleniu linearnym, nie sprawia nam trudności rozróżnienie przyczyny i efektu. Przechodząc jednak do myślenia cyrkularnego i przyjmując istnienie pętli wzajemnych sprzężeń zwrotnych, możemy zobaczyć fragment gry toczącej się między bohaterami, gry wzajemnych prowokacji, których celem jest doprowadzenie do sytuacji, gdy będą mogli powiedzieć: “A nie mówiłem”, w dodatku będąc w pełni

---

<sup>7</sup> Ciekawe rozwinięcie tej problematyki stanowi zamieszczony w tej książce rozdział K. Mudynia *Między świadomością rzeczywistości a rzeczywistością świadomości*.



przekonani, że nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za zachowanie partnera.

Warto tu wspomnieć o zjawisku opisywanym jako **samo-spełniające się przepowiednie**, które można wytłumaczyć z punktu widzenia punktuacji sekwencji zdarzeń. Nasze zachowania mogą bowiem wywoływać u innych takie reakcje, które potwierdzają nasze przypuszczenia. Jeśli, na przykład, ktoś jest nieśmiały, to może prowokować takie reakcje (choćaby zachęcania do podjęcia jakiejś aktywności), które tę nieśmiałość będą potwierdzały. Punktacja będzie tu przebiegała według schematu, zgodnie z którym ja tylko reaguję na zachowania innych, nie biorąc udziału w ich prowokowaniu. Zachowania tego typu często obserwujemy w rodzinach pacjentów. Konsekwencją takiej punktuacji może być niebranie odpowiedzialności za zachowania, które uważa się jedynie za reakcję na zachowania innych.

Niektóre zaburzenia w komunikacji możemy rozumieć jako nieprawidłowości dotyczące **spójności między słowami i pozasłowną składową przekazu**. Używając pojęć Watzlawicka i jego współpracowników (1967), możemy tu mówić o trudnościach w tłumaczeniu materiału analogowego (odnoszącego się przede wszystkim do aspektu relacyjnego przekazywanych informacji) na cyfrowy (odnoszący się przede wszystkim do zawartości przekazu).

Na polu cybernetyki możemy wyróżnić dwa rodzaje maszyn. Pierwszy, to analogowe, które operują pozytywnymi wielkościami, czyli analogiami (odpowiednikami), takimi jak natężenie prądu elektrycznego czy ilość przepływającej w danym czasie cieczy. W organizmie ludzkim ten typ przekazywania informacji odbywa się na przykład w systemie humoralnym, gdzie do krwi uwalniana jest konkretna ilość specyficznej substancji. W komunikacji międzyludzkiej sposobu analogowego używamy wtedy, gdy odwołujemy się do podobieństwa, pokazując na przykład rysunek jakiejś rzeczy.

Drugi, wyróżniany w cybernetyce rodzaj maszyn, to maszyny cyfrowe, wykorzystujące zasadę "wszystko albo nic". Ich przykładem mogą być komputery, których praca oparta jest na cyfrach. Faktycznym wielkościami przypisane są w sposób arbitralny liczby, których podobieństwo do pierwotnych "obiektów" może w ogóle nie istnieć. W biologii odpowiednikiem tego sposobu komunikowania może być neuron, który odbierając informację z synapsy, powoduje pobudzenie lub zahamowanie potencjałów postsynaptycznych. W komunikacji międzyludzkiej używamy języka, za pomocą

którego odwołujemy się do “zewnętrznych” obiektów przez ich (również arbitralnie dobraną) nazwę. Przekaz informacji jest możliwy dzięki logicznej składni języka i podzielanej przez porozumiewające się osoby konwencji semantycznej.

W świetle powyższych uwag, aksjomat dotyczący między-ludzkiej komunikacji można sformułować tak, iż człowiek komunikuje się zarówno w cyfrowy, jak i analogowy sposób. Komunikacja cyfrowa dotyczy przede wszystkim słownego przekazu informacji o przedmiotach i umożliwia tym samym transmisję wiedzy. Z kolei komunikacja analogowa obejmuje gesty, mimikę twarzy, modulację głosu, rytm i kadencję słów, a także sygnały pochodzące z kontekstu. Zatem komunikacja cyfrowa będzie się odnosiła przede wszystkim do aspektu zawartości, a analogowa relacji, przekazywanych informacji.

W psychopatologii niespójności opisanych powyżej aspektów zachowania pacjentów opisuje się z przedrostkiem ambi-, oznaczającym właśnie brak spójności, czy wręcz sprzeczność. Niezrozumienie gestów można zilustrować następującym fragmentem z powieści *O miłości i innych demonach* Már-queza:

“Otworzyła oczy natychmiast, ale dopiero po jakimś czasie zdołała rozpoznać go w fartuchu pielęgniarsza trędowatych. Pokazał jej starte do krwi paznokcie.

»Wszedłem po murze« – powiedział bezgłośnie.

Sierva Maria przyjęła jego słowa bez cienia wzruszenia.

»Po co?« – spytała.

»Żeby cię zobaczyć« – odparł.

Onieśmielony własnym łamiącym się głosem i drżeniem rąk nie wiedział, co jeszcze ma powiedzieć.

»Niech pan stąd idzie« – powiedziała Sierva Maria” (Márquez, 1997, s. 145–146).

Brak spójności pomiędzy słowną treścią komunikatu a jego pozasłownym dopełnieniem (do którego zaliczam gesty, ton głosu, pauzy itp.) jest zwykle dość subtelny. Powstaje w nas wtedy dylemat: wierzyć gestom czy słowom. Problem często sprowadza się do pytania przez co łatwiej kłamać lub oszukiwać (niezależnie od tego, czy świadomie, czy nie). Roland Barthes we *Fragmentach dyskursu miłosnego* pisze:

“...z moim językiem mogę zrobić wszystko: nawet, a zwłaszcza, nie nie powiedzieć. Mogę wszystko zrobić z językiem, lecz nie z moim ciałem. O tym, co skrywam w języku, mówi moje ciało. Mogę dowolnie kształtować moje przesłanie, ale nie głos. Po moim głosie, cokolwiek on wypowie, inny pozna, że »coś mi jest«. Jestem kłamcą (przemilczając), nie aktorem. Moje ciało jest upartym dzieckiem, mój język jest bardzo okrzęsany dorosłym...” (Barthes, 1999, s. 90).

W taki właśnie sposób, jak się wydaje, podchodzimy do prawdy zawartej w słowie i w ciele w psychoterapii. Słuchamy słów, ale jeśli ciało "mówi" coś innego, mamy skłonność, aby jemu dawać pierwszeństwo. Przypominać to może sytuację podwójnego wiązania – punktem centralnym są dwa, wzajemnie się wykluczające komunikaty. Jednak czasami, paradoksalnie, przez zaprzeczenie na jednym poziomie podkreślamy istotność informacji przekazywanej na drugim i nie dotyczy to chyba tylko opisywanego przez Barthesa stanu zakochania:

"...skrywanie [namiętności] musi być widoczne: wiedz, że coś przed tobą ukrywam – oto aktywny paradoks, który muszę rozwiązać: trzeba, aby jednocześnie wiedziano i nie wiedziano [...] idę naprzód, pokazując palcem moją maskę: na moją namiętność nakładam maskę, lecz dyskretnym (i przebiegłym) palcem na maskę wskazuję" (Barthes, 1999, s. 89).

Jak pacjent, który pod mechanizmami obronnymi ukrywa swoje bolesne konflikty, a równocześnie, dyskretnie wskazuje, gdzie się znajduje przyczyna problemów. Wzorzec zachowania niektórych pacjentów z myślami samobójczymi: nie powiem ci, że się chcę zabić, ale popatrz – tego właśnie pragnę. I to zdjęcie maski otwiera nowe obszary konfliktowe, a czasami wystarczy samo dostrzeżenie maski-komunikatu. Jeszcze raz sięgnę po Barthesa, cytującego Stendhala:

"Myśl o samobójstwie jest lekka: jest to myśl łatwa, prosta, rodzaj szybkiej algebry, której potrzebuję w tej właśnie chwili mojego dyskursu; nie daję jej żadnej substancjalnej zawartości, nie myślę na wyrost o ciężkiej opowieści i trywialnych skutkach śmierci: ledwo wiem, jak popełnię samobójstwo. Ponuro pieszczę w sobie jedno zdanie, tylko zdanie, od którego jednak moją uwagę za chwilę odwróci blachostka: »I człowiek, który dopiero co przez trzy kwadransy zamyślał popełnić samobójstwo, wchodzi oto na krzesło, żeby poszukać w swej bibliotece cennika luster z Saint-Gobain«" (Barthes, 1999, s. 301).

Ostatnią, wymienianą przez Watzlawicka i współautorów cechą komunikacji są dwa zjawiska interakcyjne, odpowiadające procesowi tzw. **schizmogenezy**. Twórcą tego terminu był Bateson, który użył go do opisu charakterystycznych zachowań jednostek i grup, zaobserwowanych początkowo w społecznościach pierwotnych, które badał (Bateson, 1972). Istnieją dwa warianty tego procesu. Pierwszy to **schizmogeneza symetryczna**, charakteryzująca się nasilaniem się zachowań danego typu jako odpowiedzi na takie same zachowania u drugiej strony. Przykładem może być tu rywali-

zacja, która stopniowo wzrasta u partnerów interakcji jako odpowiedź na rywalizacyjne zachowania partnera. Drugi wariant to **schizmogeneza komplementarna**, gdzie przeciwstawne zachowania partnerów uzupełniają się i powodują swoje nasilenie. Na przykład, zachowania dominujące u jednego z partnerów i submisyjne u drugiego. Watzlawick i współautorzy, opierając się na rozróżnieniu Batesona, wprowadzili pojęcia odpowiednio – interakcji symetrycznej i komplementarnej.

Ilustracje obydwóch wzorców pochodzą z książki *O miłości i innych demonach* Márqueza:

“W ten sposób odżyła zakazana przyjaźń, która raz przynajmniej bliska była miłości. Rozmawiali do świtu, bez złudzeń i bez urazy, niczym skazane na siebie stare małżeństwo. Wierzyli, że są szczęśliwi i być może rzeczywiście byli szczęśliwi, dopóki któremuś z nich nie wymykało się o jedno słowo za dużo albo gdy któregoś niepotrzebnie cofało się o krok i już reszta nocy butwiała w dzikich awanturach, które zbijały z tropu biedne brytany” (Márquez, 1997, s. 50).

“Nie posłuchał jej i dziewczyna zaczęła, raz za razem, bryzgać mu w twarz śliną. Nawet się nie ruszył; nadstawił drugi policzek. Sierva Maria nie przestała go opluwać. Znów obrócił twarz, nadstawiając pierwszy policzek, upojony oparami zakazanej rozkoszy unoszącymi się z głębi jego własnych trzewi. Zamknął oczy i zaczął modlić się w duszy, podczas gdy Sierva Maria wciąż pluła i pluła, tym zacieklej, im większą sprawiała mu rozkosz, póki nie zrozumiała, jak daremna jest jej wściekłość. I wtedy na oczach Delaury rozpętało się przerażające widowisko prawdziwego opętania. Włosy Siervy Marii zjeżyły się same z siebie niczym węże Meduzy i z ust bluznęła zielona piana i stek bluźnierstw w językach bałwochwalców” (Márquez, 1997, s. 139).

Te dwa rodzaje zachowań wydają się charakterystyczne zarówno na poziomie jednostkowych interakcji, jak i na poziomie interakcji grup społecznych. Napędzające się wzajemnie zachowania tworzą niekończącą się pętlę sprzężeń zwrotnych, czy, mówiąc inaczej, uczestnicy interakcji wpadają w błędne koło, z którego wyjściem może być zmiana wzorca zachowania jednego z partnerów. Nie jest to oczywiście proste i niejednokrotnie wymaga interwencji osoby trzeciej, którą może być terapeuta albo międzynarodowa organizacja rozwiązująca konflikt zwaśnionych narodów.

Komunikacja wkracza na teren psychopatologii na dwa sposoby. Pierwszy z nich, to komunikaty nadawane przez pacjentów, jako wyraz ich zaburzeń, a drugi, to relacja terapeutyczna. Jeśli chodzi o pierwszy rodzaj informacji, to mam

tu na myśli zarówno te, które odczytujemy przez symptomy ich choroby, jak też przez bardziej zdrowe zachowania, czy też "podglądając", jak komunikują się z innymi ludźmi. Drugi obejmuje wzajemne wymiany informacji pomiędzy pacjentem a psychoterapeutą, a także refleksje nad procesem terapeutycznym, dokonywane na przykład w ramach superwizji.

Bogactwo danych, które tutaj napotykamy, znacznie przekracza nasze możliwości percepcyjne. Dokonujemy więc każdorazowo wyborów, uwarunkowanych naszym własnym doświadczeniem, preferencjami czy podejściem teoretycznym. Jeśli do tego dodamy jeszcze informacje służące pacjentowi do komunikowania się z sobą samym, czyli te, które zawarte są w jego wewnętrznych monologach czy dialogach, a do których, chociaż sporadycznie, jednak miewamy dostęp, powstaje nam chaos informacyjny niemal nie do ogarnięcia. Analogią, którą mógłbym się tu posłużyć, jest światłowod, w którym ilość przekazywanych informacji jest niemal nieograniczona, przynajmniej z pragmatycznego punktu widzenia. Przyjmując założenie, że i tak wszystkich przekazów nie odbierzemy, a na pewno nie przetworzymy w naszych umysłach, pozostaje refleksja, co sprawia, że akurat te, a nie inne informacje wykorzystujemy. I być może, różnice w etiologicznych koncepcjach zaburzeń psychicznych czy też różnice pomiędzy szkołami psychoterapeutycznymi można by sprowadzić do arbitralnie dokonywanych wyborów informacji, na podstawie, których dokonujemy opisu zaburzeń i metod ich leczenia.

## Piśmiennictwo

- Barthes R., 1999: *Fragmenty dyskursu miłosnego*. Wydawnictwo KR, Warszawa.
- Bateson G., 1972: *Steps to an ecology of mind*. Ballantine Books, New York.
- Bateson G., 1996: *Umysł i przyroda. Jedność konieczna*. PIW, Warszawa.
- Bateson G., Jackson D.D., Haley J., Weakland J.H., 1956: *Toward a theory of schizophrenia*. Behavioral Science, 1, 251–264.
- Beckett S., 2002: *Szczęśliwe dni*. W: Beckett S., *Dramaty*. Porozumienie Wydawców, Warszawa.
- Camus A., 1991: *Obcy. Upadek*. Wydawnictwo Krag, Warszawa.
- Cortázar J., 1999: *Gra w klasy*. Warszawskie Wydawnictwo Literackie MUZA S.A., Warszawa.

- Gallatin J., 1982: *Abnormal Psychology. Concepts, Issues, Trends*. Macmillan Publishing Co., Inc. New York. Collier Macmillan Publishers, London.
- Galdowa A., 1995: *Miłość jako sytuacja graniczna*. Znak, 11, 76–85.
- Gombrowicz W., 1988a: *Iwona, Księżniczka Burgunda*. W: Gombrowicz W., *Dramaty*. Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Gombrowicz W., 1988b: *Ślub*. W: Gombrowicz W., *Dramaty*. Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Hirigoyen M.F., 2002: *Molestowanie moralne. Perwersyjna przemoc w życiu codziennym*. W Drodze, Poznań.
- L'Abate L., 1984: *Beyond paradox: Issues of control*. The American Journal of Family Therapy, 2, 4, 12–20.
- Ligocka R., 2002a: *Dwoje obcych w domu*. W: Ligocka R., *Kobieta w podróży*. Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Ligocka R., 2002b: *Pozdrowienie z przeszłości*. W: Ligocka R., *Kobieta w podróży*. Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Ludewig K., 1995: *Terapia systemowa. Podstawy teoretyczne i praktyczne*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Madanes C., 1988: *Strategic Family Therapy*. Jossey-Bass Publ., San Francisco.
- Madanes C., 1991: *Strategic Family Therapy*. W: Gurman A.S., Kniskern D.P (eds.): *Handbook of Family Therapy*, vol. 2. Brunner/Mazel. New York.
- Márquez G.G., 1997: *O miłości i innych demonach*. Warszawskie Wydawnictwo Literackie MUZA S.A., Warszawa.
- Márquez G.G., 2002: *Miłość w czasach zarazy*. Warszawskie Wydawnictwo Literackie MUZA S.A., Warszawa.
- Praszkier R., 1994: Wywiad opublikowany w czasopiśmie Gestalt. Gestalt, 14.
- Tomm K., 1987: *Interventive interviewing: Part I. Strategizing as a fourth guideline for therapist*. Family Process, 26, 3–13.
- Walker W., 2001: *Przygoda z komunikacją*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Watzlawick P., Beavin J.H., Jackson D.D., 1967: *Pragmatics of human communication. A study of Interactional Patterns, Pathologies and Paradoxes*. W.W. Norton and Co., Inc., New York.
- Weeks G.R., L'Abate L., 2000: *Paradoks w psychoterapii*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Whorf B.L., 1956: *Science and Linguistics*. W: Carroll J.B. (ed.): *Language, Thought and Reality. Selected Writings of Benjamin Lee Whorf*. John Wiley & Sons. Inc., New York, 207–219.